





一方面，这些约定俗成的时间节点的确未必和你自己生命中的时间节点重合，但它们也带来了宝贵的反思机会。比如说三十而立，它总会让那些接近三十岁的人强迫自己去思考过去三十年自己做了点什么，所作所为的意义何在。这种反思如果不考虑它所带来的紧张和焦虑，本身是具有很高的价值的，人会更清楚地认识到自己。另一方面，自己生命中的时间节点出现在哪里，如何认知，取决于你对自己人生的理解。如果你认为自己的人生是随机选择的过程，或者你并不认同自己目前的人生，那么有可能你找不到任何一个节点。但**如果你能够思考清楚，能够从过去的人生里看出脉络来，那么就总有一条线索贯穿你的人生主要轨迹，在这条线索上也一定存在着重要的时间节点。**于是，你会知道某一类型的选择对于你极为重要，未来你面临类似的选择时，你需要坚持你的选择，使得整条线索保持连贯。

用户小太阳在泸州：

我每年生日都会给自己写一封信，快到40了，对菜头叔您说的“撑住感”非常认同！可以按照您给的这种大步骤分出人生节点，也可以分出属于自己的人生节点，但这种节点不管怎么分，都是事后追溯的产物。

菜头叔，我的问题是：人生节点如果要有意义，就需要生活有计划，事后主动去追溯和感知，离开了这两点去谈“人生节点”，是不是可以归类于耍流氓？

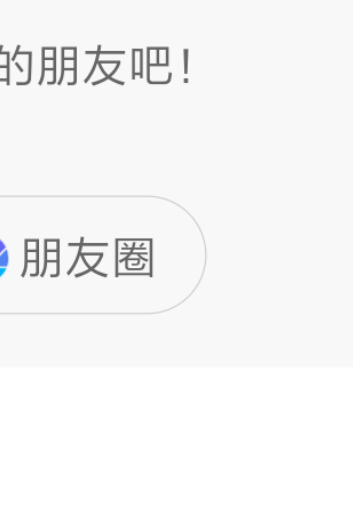
许多人的人生节点是孩子的出生，他们认为孩子的出生同时改变了自己的生活和自己的心态，让自己完全变成了另外一种人，以另外一种姿态投入生活。那么我想问你：他们是不是都通过“计划”或者“规划”去得到的孩子呢？还是说，大部分孩子只是偶然来到他们的生活，一切都是自然发生的？你的说法隐藏着一种观点：我们是在有意识地生活，带着明确的目标和规划。但这种想法对于大多数人而言未免过于苛刻，因为并不是谁都有你那样的条件，可以在很早的时候就明确自己要做什么，应该如何生活，以及未来前往何方。然而，生活就那么继续下去，生活中隐藏的线索也被慢慢发掘，人们或早或迟，或多或少，都能觉察到这样的存在，认识到在某个重要的时间节点之后自己的生命发生了改变。同样的，我们也应该对他人具有这样的信心，那就是他们有能力，也有可能在了解自身之后，知道前路上哪一个点对于自己非常重要，必须抵达。**或许对于你而言，人生有规划是一件重要的事情，你也从中获得了利益。但你本身不是圭尺，不是法则，你只是你自己的限度。**

划重点

添加到笔记

- 1.很多时候人们感觉到被触犯，情绪就很难恢复平静，总是想着要还击对方，那我们唯一能做的事情就是把桌子上的重物挪走，双手紧紧按住桌面。
- 2.重要的不是如何窥探到时间节点的到来，而是说能够意识到关键选择的出现，并且在做这个选择的时候能够有勇气遵循自己的本心。
- 3.或许对于你而言，人生有规划是一件重要的事情，你也从中获得了利益。但你本身不是圭尺，不是法则，你只是你自己的限度。

**和菜头·成年人修炼手册**  
作为成年人的300个基本  
版权归得到App所有，未经许可不得转载



← 前一篇

如此好文章，快分享给需要的朋友吧！

微信

朋友圈

用户留言

默认

最新

只看作者回复

正在加载...

写留言，与作者互动

13

38